

Auf dem Sofa liegen war gestern - Aktion über „kerngesunde Kerle“

Wittmund. (nut/gms) In einem Monat kommt der Erlebnis-Männersporttag „Kerlgesund“ nach Ostfriesland. Er findet am Sonntag, dem 11. Oktober, in Wittmund statt. Organisiert durch die Kreissportbünde Wittmund und Friesland sowie dem Stadtsportbund Wilhelmshaven nimmt dieser Tag ganz die Männer jeder Generation in den Fokus. Er ist Teil der „Kerlgesund-Tour 2015“, dem gemeinsamen Präventionsprojekt des LandesSportBundes und der BKK24.

Was für Frauen seit mehreren Jahren beim Kreissportbund Friesland als Frauensporttag bekannt ist, gibt es nun auch für sportbegeisterte Männer. „Auf dem Sofa liegen war gestern, Kerlgesund ist heute.“

Gestartet wird in der KGS Wittmund mit zwei interessanten Vorträgen. Im Mittelpunkt der Veranstaltung, die zwischen 10 und 17.30 Uhr stattfindet, stehen das Ausprobieren von Sportarten, der Austausch von Erfahrungen und vor allem der Spaß an der Bewegung. In Kooperation mit den örtlichen Sportvereinen hat die Sportregion ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Neben „Klassikern“ wie Tischtennis oder Handball können die Männer sich auch ganz ungezwungen in Sportarten wie Airtrack, XCO, Gerätefitness, Stretching oder Boßeln versuchen. Und es gibt es die Möglichkeit, einen Alterungssimulationsanzug auszuprobieren.



Die Männer stehen im Mittelpunkt der neuen Veranstaltungsreihe „Kerlgesund“, die am 11. Oktober in Wittmund stattfindet. .
Foto: LBS

Geleitet werden die Workshops jeweils von kompetenten und sportbegeisterten Übungsleitern der ausrichtenden Sportvereine. „Ziel ist es vor allem, Appetit auf mehr zu machen und damit die Basis für ein längeres und besseres Leben zu schaffen“, mahnt BKK24-Vorstand Friedrich Schütte ausreichend Bewegung an.

Die Schirmherrschaft dieser Veranstaltungsreihe hat der Niedersächsische Innen- und damit auch Sportminister Boris Pistorius übernommen. Prof. Dr. Wolf-Rüdiger Umbach, Präsident des LSB Niedersachsen, ist vom Erfolg der Kerlgesund-Tour überzeugt. „Es

ist uns eine Herzensangelegenheit, die niedersächsischen Männer für Bewegung zu begeistern, mit den Sportvereinen vor Ort in Kontakt zu bringen und für die eigene Gesundheit zu sensibilisieren, damit sie auch in Zukunft „Kerlgesund“ bleiben.“

Welche Männer aus den Landkreisen Wittmund und Friesland und der Stadt Wilhelmshaven trauen sich? Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich!

Mehr Informationen und das Anmeldeformular sind zu finden unter: www.ksb-friesland.de oder bei Wiebke Julius - (0 44 61) 91 83 230, sportreferentin-julius@ksb-friesland.de erhältlich.